NEW STUDENT HANDBOOK

休斯顿四校联合
新生手册



2022–2023

序言

PREFACE

休斯顿四校学联(BCMCSSA, UHCSSA, UTHCSSA, RCSSA)在德州高校联盟(CSSAT)的精心筹划与组织下，关系变得更加紧密。联合的初衷是团结起在美留学的朋友们，扩大休斯顿乃至德州高校的中国学生学者的影响力。

该手册很大程度上参考了RCSSA在2021年发布的新生手册。四校手册联合编辑部表示感谢！在此基础上我们将其内容改编得更具普遍性以面向更大的群体，确切来说适用于初次进入美国大学以及刚踏上休斯顿这片土地的朋友们。我们与所有过往CSSA成员付出的努力皆为了帮助大家更好的适应美国和大学生活，休斯顿生存·《新生手册》更是意在给大家提供一个获取信息的便利渠道。

但也如同上文所述，该手册面向一个较大的群体，故有关某学校的针对性信息还请各位移步至各校学联的公众号获取相关资料或联系学联成员询问详情。学联和同学们沟通联络的主要方式就是微信小助手和微信公众号（各校公众号的链接可以在PAGE5中找到），还请大家多多关注！

最后恭喜大家拿到OFFER，欢迎来到多元化的休斯顿，各学联与德高联会尽其所能帮助大家跨越障碍，克服困难，给予温暖。挥散疫情肆虐扬起的硝烟，在朝阳升起时我们并肩，一同给生动的明天点缀鲜艳。

祝大家学业顺利，学有所成！
2022年7月

编委

EDITORIAL BOARD MEMBER

编写：陈栎瑶

陆佳辰

徐小媛

图文与审核：李世炜

李秉睿

袁义高

外联：莱斯大学中国校友会



UH-CSSA





BCM-CSSA





Rice-CSSA





UTHealth-CSSA





休斯顿大学



加入休大羽毛球社，寻找球友不再困难！
（不仅限休大同学）

COME JOIN US

联系人微信：CHENAN692233

University of Houston

休斯顿大学

篮球社



欢迎休斯顿地区爱篮球的同学们加入组织！

COME JOIN US

联系人微信：

DIRECTOR_LCHEN

University of Houston

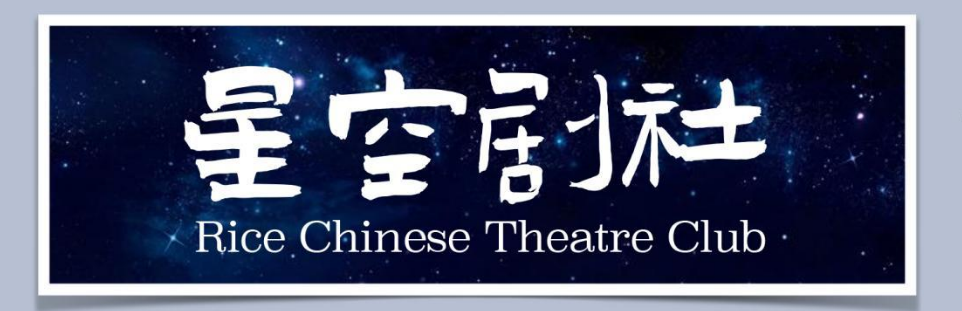
莱斯梦之队成立于2021年9月，隶属RCSSA（莱斯大学中国学生学者联合会），是一个由本科生及研究生组成的华人篮球社团。团队成员大部分为莱斯大学校内学生学者，少数为来自休斯顿地区友校的外援。团队成立之初由RCSSA提供协助，并设立1-2名球队经理照料队内训练和参赛事宜。

WeChat ID 2462410399

社团的创办旨在为莱斯大学组建一支拥有竞争力的华人篮球队参加NECBL联赛（北美高校华人篮球大赛）。该赛事具有11年历史，是全美规模最大的全国性华人篮球赛事。

莱斯梦之队在参赛的第一年，就一夺得NECBL西部季军的好成绩。由于抽签原因，莱斯梦之队虽然没有赢得比赛，却得到了黑马实力的认可。在赴Dallas的首届NECBL比赛中，于篮球队而言，荣耀与遗憾并存。2022年秋季分区赛即将打响，莱斯梦之队也将不负众望，全力以赴。





热爱戏剧，热爱生活

联系方式：
rctc.rice@gmail.com
Instagram: @RCTC
FB:Rice Chinese Theatre Club





Hi **小猫头鹰：**

很高兴认识你！我们是莱斯大学首个中文戏剧社，**星空剧社**（Rice Chinese Theater Club）。

我们成立于2015年，旨在推广中文戏剧，为休斯敦地区热爱中文戏剧的人们提供一个文化与思想交流的平台。迄今为止，我们已经推出了包括《一个陌生女人的来信》、《驴得水》、《你好，疯子！》在内的多部经典话剧。

Q：Why星空剧社？

A：无论你是一直抱有戏剧梦想，还是单纯对舞台充满好奇，都可以在这里大展身手！还可以认识一群陪你疯陪你笑的小伙伴～

Q：我没有任何的戏剧经验，也可以加入吗？

A：当然！大家都是从零开始的，我们相信兴趣是最好的老师。

Q：在戏剧社的日子带给了你什么？

A：陪伴。

A：我觉得共情能力提升了（笑）。无论是寻找高效交流的方法，还是揣摩剧本，都让我慢慢学会了用更丰富的视角看生活。

A：收获最多的就是快乐和友谊。剧社的大家相处非常融洽，彼此为演出付出了很多努力。我因为这段经历认识了很多要好的朋友，现在回忆起来依然感到开心和怀念。



我們等你！

休斯顿四校

网球社



欢迎加入休斯顿四校网球社
切磋球技、共同成长！
联系人微信：lbr0000000

目录

CATALOGUE

CHAPTER 01

来美准备



重要文件



I-20

重要的不能再重要的 document, 拿到之后赶快多复印几份吧！签证 / 申请工作都需要用到。

I-20 第一面最底下需要签字，然后就没问题了。

SEVIS

这个是记录你档案所需要的费用，转学 / 申请研究生的时候 SEVIS fee 是要重交的。

SEVIS FEE 提交方法

1. 网址 :https://www.fmjfee.com/i901fee/index.jsp
(只支持 Visa, MasterCard, American Express 支付费用)
2. 选择：

To complete and submit a new SEVIS Form I-901 and pay the I-901 Fee, click the Submit Form I-901 and Fee Payment button.

Submit Form I-901 and Fee Payment

3. 在底下选择 Click OK。
4. 接下来就按照提示填写个人信息，其中Student Profile Information 的 school code 可以在 I-20 section2 中找到。
5. 缴费成功后就需要打印 SEVIS 收据。
6. 如需重新获取收据界面，可进入 https://www.fmjfee.com/i901fee/index.jsp ，填写相关信息后即可 view receipt。

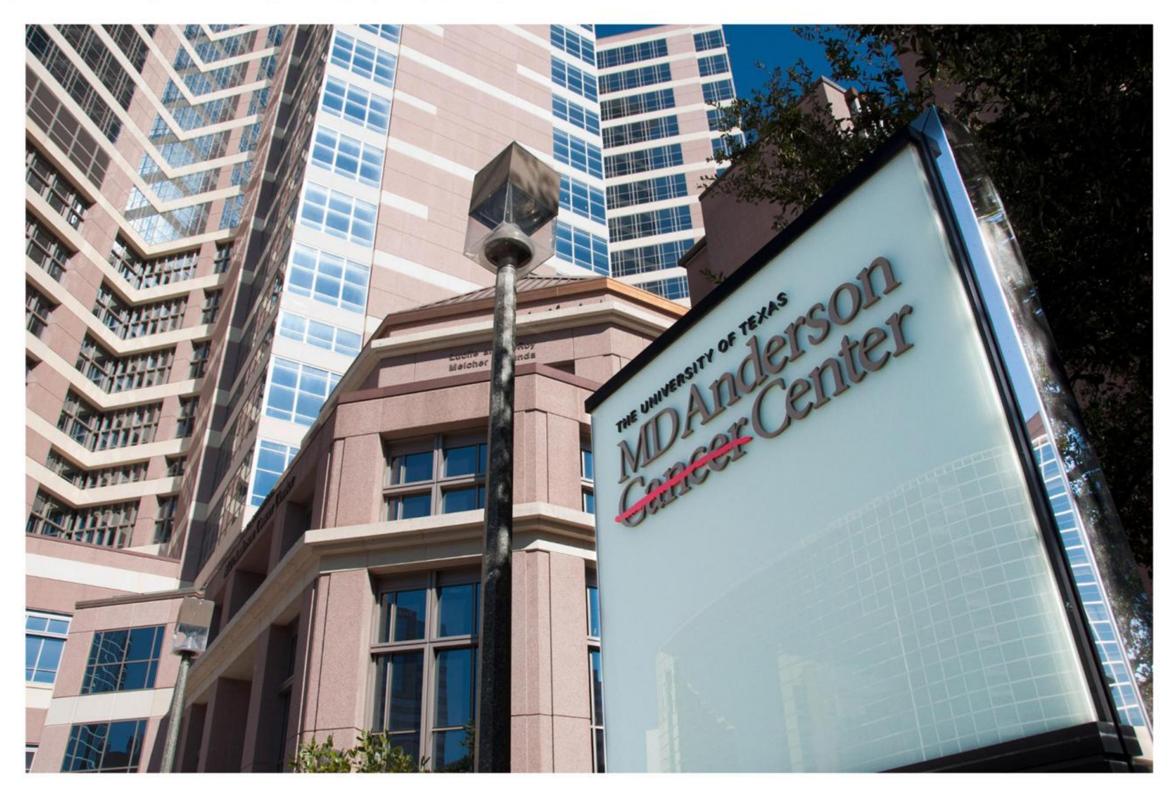
DS-160

这是一个冗长的表格，在此我们就不详细展开。

以下有两条填写提示

1. Travel Information 中的预计到达时间，预计在美时长，在美地址可按照 I-20 中的信息填写；支付你行程费用的人需与申请学校时的存款证明人一致，如果是本人选 SEL。

2. U.S. Point of Contact Information 可填写 I-20 第 2 项 School Official 联系人；机构的名字需填写 I-20 第 2 项中的 School Name。其余信息的填写只要按照说明如实回答就好，在 DS-160 上填写好以上信息后，在“这不是一张签证”的正下方贴上签证收据费的第一联，即完成了 DS160 的全部工作。签证收据的第二联面谈时带上。



签证

签证预约

中信银行是唯一被美国大使馆授权在中国境内收取美国签证费用的银行，全国中信银行分 / 支行被指定接收和派发申请美国签证的护照。前往 http://www.ustraveldocs.com/cn/index.html 填写信息并预约签证。

签证资料



DS-160 确认页

签证照片 1-2 张

护照

中信银行签证费收据前 2 联原件

SEVIS 费收据

签证预约确认页



学校录取

I-20 原件

学校录取信（如有奖学金要准备奖学金 letter)

证明学术准备文件

高中在读证明（中英）和学生证原件

成绩单（中英)(学校官方开出加盖教务处的章）

毕业证（中英）

（补充材料）托福 / 雅思等成绩单

资金证明

父母银行存款证明与收入证明(中英文正规，银行、工作处开出)

父母担保信 (英文 + 父母签名)

父母工资单、税单

房产证

签证当天

签证当天请提前与预约时间到达，不过排队时间很长。签证前需要过安检(鞋 / 皮带等都需要脱下，口袋硬币等需要拿出)，不需要穿着过于正式，休闲一点的衣服可以省去麻烦。

面谈前还需要排队登记一些资料，按指纹等。面谈不需要紧张，如实回答即可。被问到的问题可能包括在学校学的科目，成绩，学校名字等，都是一些很常规的题目。(不管遇到什么题目总之不要表露出移民倾向！记住你是去学习的) 一般签证官会在处理你的文件的时候问两三个问题 (比如我就被问到在校上什么课程，成绩如何)，等待的时候你还可以听听旁边的窗口在问什么。

如果通过了他会告诉你 "Your visa has been approved。" 你的护照等文件会被收走，等签证下来了会寄到你预约的时候指定的取护照的地方。然后你就收好剩下的文件回家等待吧。

体检与疫苗



强烈建议大家在国内完成体检，主要原因是国内政府对出入境公民有检疫要求，出境时中国检疫机关有可能要求旅客出示健康证明。若未按要求出示，海关有权阻止出境。去体检前查好应携带的文件。

美国大学要求中常见的必打疫苗有：MMR（Measles, Mumps, and Rubella）麻腮风，Meningococcal / Meningitis 流行性脑膜炎疫苗，Tuberculosis Skin Test（PPD Skin Test）肺结核皮试，Tdap（Tetanus -Diphtheria-Pertussis）百白破，Varicella（chickenpox）水痘疫苗，Hepatitis B 乙肝疫苗。各个学校的疫苗要求有所出入，具体请到本校的 Health Center 网站查看。

有的疫苗可能部分医院没有，就得另想办法了（比如去别的城市打）。百白破疫苗在大陆是没有地点可以接种的，可以选择去香港接种，还可以选择在开学前到达美国之后接种，在学校附近的 CVS 便利店、Pharmacy 都可以接种，只需要带钱、学校发的疫苗单，有保险的同学可以带上保险卡。还需注意的是，TB-test (Tuberculosis Skin Test) 是皮试，在你手上打起一个小包，然后三天后需要回去复查,否则作废,所以要提前留出时间。

接种完之后要保存接种记录，提交给学校。到美国一定要尽快接种，否则疫苗没有接种齐全会对你的选课时间造成影响。

行李准备

行李要求

航空公司对行李的规定要求略有差异，在买行李箱前建议查询清楚你的航空公司允许托运的数量，行李尺寸大小和重量限制。一般来说，美国几大航空公司到中国的直航行李规定是 1 个免费托运行李重量不超过 23 公斤（50 磅）（少数航空公司为 32 公斤），长宽高之和不超过 158cm。另外，旅客可以随身携带一个 114cm 的箱子和一个随身包（背包或挎包）上飞机。国航和一些其他中国航空公司允许托运两件行李。托运行李一般可以有 1kg 左右的误差，不过不能超太多，否则要额外收取费用。注意瑞士军刀需要托运，锂电池不能托运的。手机电脑相机等建议不要托运，行李运送过程中丢失的话就一去不复返了，可以放一个上锁的小登机箱里随身携带。



液体管制

官方规定如下：“乘坐从中国境内机场始发的国际航班，此类物品（液体、凝胶、喷雾类）必须必须盛在容量不超过 100ml 的容器内，并放在一个容量不超过 1L、可重复封口的透明塑料袋中。每名旅客每次仅允许携带一个透明塑料袋，超出部分应托运。”也就是说随身能带的差不多就是：旅行装的洗漱用品一套（洗发露 + 护发素，牙刷牙膏什么的），飞机上需要的化妆 / 护肤（主要针对女生 - 小瓶爽肤水，小瓶香水，保湿喷雾 [不是压缩的那种]等）。

- **衣服（基本建议，具体还看个人）**

休斯顿大多数时候天气还是非常炎热的，冬天平均气温最冷也基本都在 0 度以上。不过雨水比想象中会多一些，下雨之后就会非常湿冷。一定要养成每天出门之前看天气预报的习惯，包里建议常备把雨伞以防阵雨。一般上课在学校大家穿着都很随意，除了有比较正式活动。

校园里常见的需要穿正装的活动包括 orientation week 时的一些 ceremony，文科和商科课上会经常有的 presentation，和一些公司来学校的 networking event 或 career fair。Presentation 穿着business casual(男生可以 Polo 衫 + 卡其长裤；女生可以略正式连衣裙 +cardigan) 就好，公司 networking 或 career fair 还是穿 business formal(男生正式西装：外套 + 西裤 + 领带 + 衬衣；女生西装套或正装 blouse/ 衬衫 + 过膝职业裙）更保险。另外，美国喜欢外面热的时候屋内空调开很足，学校很多楼里都是这样，所以建议备一些薄外套，在春秋季很实用，在外面走的时候穿不住但是一进楼里会很需要。

- **电器**

国内的电源插头特别是国内的三相插座是苏联的标准，菱形的，而欧美以及日本等国家的标准是两条平行线加一个圆孔。转换插头在美国比较难买，所以建议电器最好不从国内带，直接在美国买。如果一定有在国内需要带过去的电器一定要准备一个转换插头。插线板建议买一个。宿舍里没那么多墙上的插头，一般生活书桌上台灯需要插头，电脑手机充电也需要插头，有一个插线板很方便。

◦ 床上用品和厨具

大一新生都会住校，大家可以让接机的或者直系学姐学长带你们去买一些必须的生活用品，相信他们都是非常乐意帮助你们的。Walmart 和 Target 基本上能买到所以生活日用品，买食物的话比较推荐附近的 HEB 或 Fiesta 超市。大家不需要从国内带厨具比如锅碗瓢盆筷勺等，在各类超市都能买到。可以按需带少量榨菜，火锅底料等，这些东西中国城超市会偏贵。

◦ 药品和防疫物资

推荐大家各类药品都备一些，因为在美国看医生是一件昂贵且低效的事情。可以带一些中成药，因为这类药品在美国买不到；可以带一些抗生素，如阿莫西林、头孢等，和国内比起来，美国抗生素管控很严，这些自备的抗生素可以满足不时之需 (在“Chapter 02 初来乍到”里我们会提到在美国如何就医)。

下面是一张简短的推荐药品列表：

- 抗击新冠：莲花清瘟胶囊
- 感冒：感冒胶囊，白加黑，维 C 银翘片
- 抗生素 / 消炎药：根据个人情况携带
- 祛痘：美国的祛痘药品较贵，建议自带
- 防过敏：休斯顿每年花粉季会持续一个多月，对花粉过敏的同学强烈推荐备一些防过敏的药
- 其余：建议眼药水，风油精

钱与信用卡



1. 现金：

不需要太多， 因为在美国储蓄卡（Debi Card）和信用卡（Credit Card）非常普及和方便。注意换些零钱，1 刀，5 刀，10刀，20刀。

2. 储蓄卡 (Debit):

有一张储蓄卡在美国是非常关键也非常实用的。开户比较热门的银行有：Chase、Bank of America 和 Wells Fargo。大家可以关注一下自己的学校有哪些银行的 ATM 机，这样没有车的话也可以在校内取到现金。

3. Zelle：

Zelle 为美国最快捷、最方便的跨行免费即时转账方式。只要你在 Chase、BoA、Wells Fargo 任意一家银行开户，你就可以给别的银行账户转账。用户只需要另外一个 Zelle 用户的电子邮箱或手机号，而不需要银行账号信息就可以进行转账。

4. 信用卡 (Credit Card)：

有一个叫 ” 美国信用卡指南 “ 的网站 （https://www.uscreditcardguide.com/en/）对各大银行的各种类型的信用卡的介绍非常全面，包括如何申请、额度、年费、特色、缺点都有非常详细的介绍。很多高级一些的信用卡对开户人是有一些要求的，如存款数额和信用积分。这些信息在美国信用卡指南都有介绍。

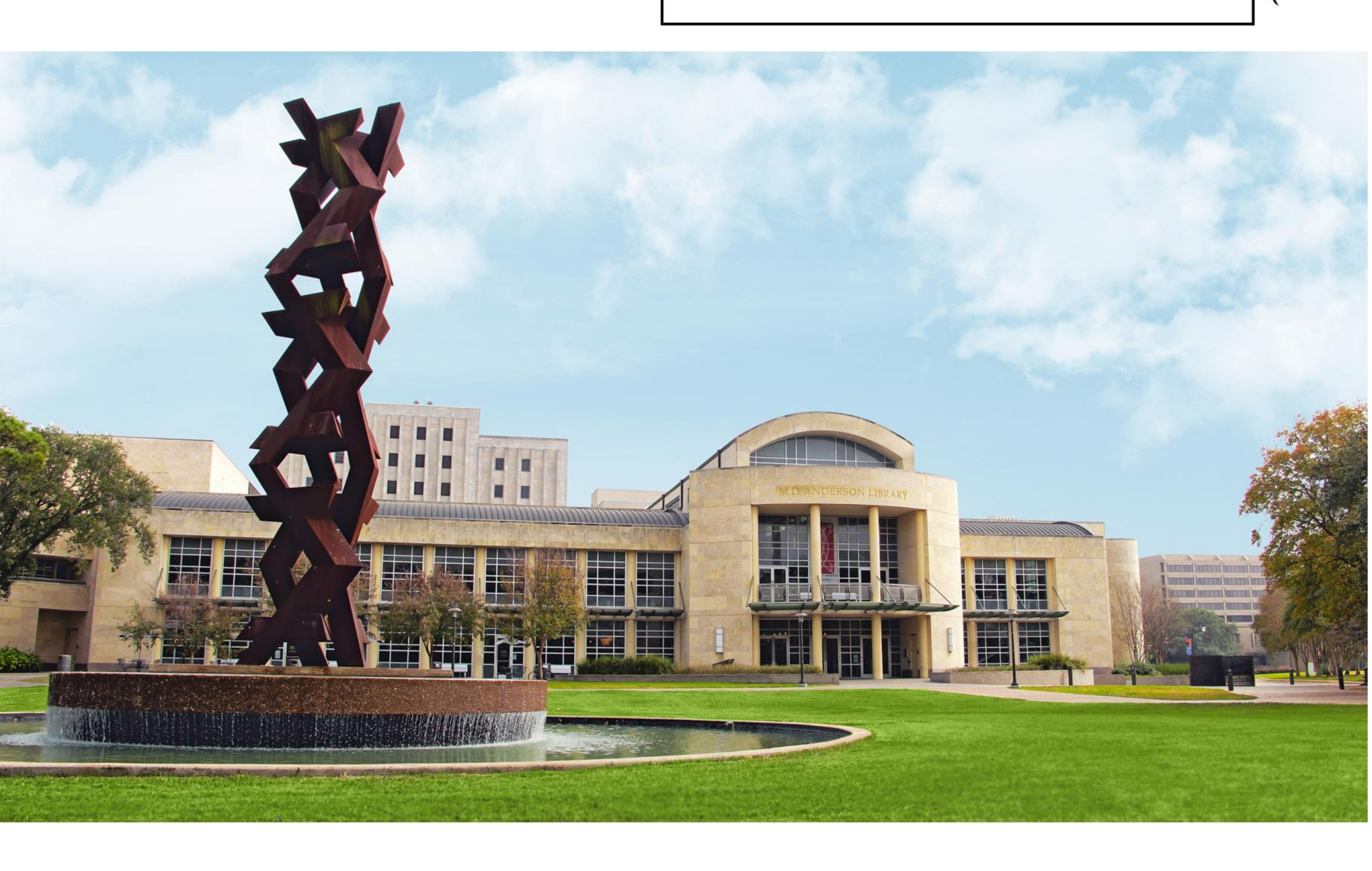
5. Venmo：

用美国手机注册一个 venmo 会让你的大学生活方便很多。和同学一起出去玩或者吃饭，需要 AA 费用的时候，大多数美国大学生都会用 Venmo 这个 App。在绑定自己的银行卡后，只需要搜索收款人的名字就可以进行转账。

*** 注：几乎所有的信用卡和银行都会有 app 可以用来在手机上管理账号操作、转账和金额管理。**



CHAPTER 02
初来乍到



机场指南

休斯顿的两大主要机场为乔治布什洲际机场（George Bush Intercontinental Airport, IAH）和威廉霍比机场（HOU），分别位于休斯顿的北部和中南部。其中，IAH作为休斯顿的第一大机场，能够满足国际和美国国内的大部分出行需求。IAH共有五个航站楼（A-E），你可以选择搭乘电车在航站楼间通行。



手机号

除了学校提供的 SIM 卡之外，美国有很多运营商提供丰富的电话卡与流量套餐，你可以根据自己的预算和需求进行选择。手机套餐大致分为三种类型，预付卡（prepaid）、月付卡（monthly plan）和家庭套餐（family plan）。预付卡即提前支付三个月、六个月、十二个月期限不等的电话费，较月付卡会有不少折扣；月付卡即每月月初付费，或者月末根据当月使用情况计费；家庭套餐则是由一人担保，多人共享，参与人数越多，平均分摊的费用越低，plan的流量、通话时长和短信是固定的，但是可能会出现部分人超用流量、拖欠缴费等情况。



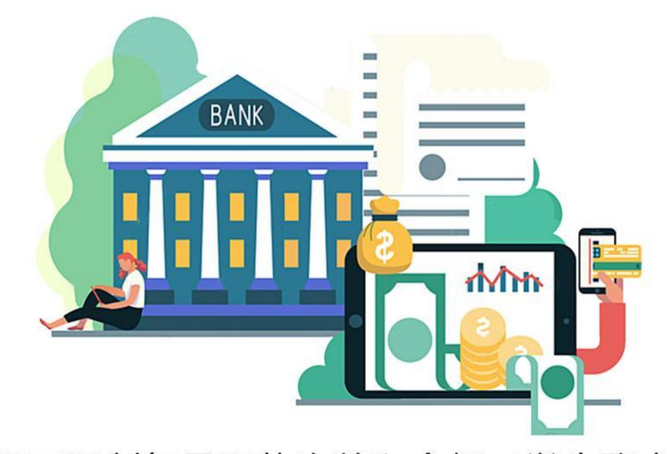
手机号

其中三大运营商 AT&T, T mobile 和 Verizon，在美国的信号覆盖最广；一些小型运营商如 cricket（AT&T 旗下公司）、Mint Mobile 等，在部分地区提供性价比更高的plan。

AT&T –https://www.att.com/plans/
T mobile –https://www.t-mobile.com/cfd/plans-and-pricing/
Verizon –https://www.verizon.com/
Cricket – https://www.cricketwireless.com
Mint Mobile – https://www.mintmobile.com/

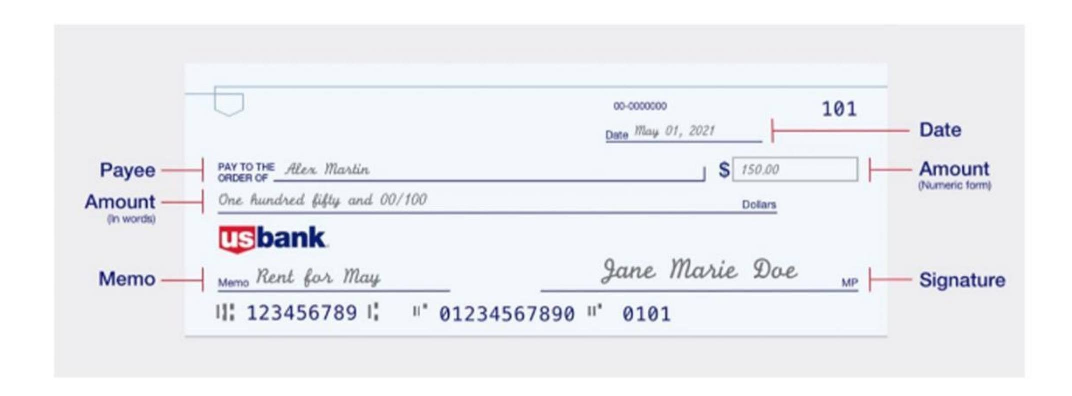
▪ 银行卡

美国的银行卡主要分为两种，借记卡（debit card）和信用卡（credit card）。



debit card 可以关联两种银行账户类型，即支票账户（checking account）和储蓄账户（saving account）。checking account一般不限制每月取款次数和金额（学生账户，即 student account，除外），saving account 会有一定的存款最低额度和取款限制。银行将收取一定的月费（mongthly fee），可以通过保持账户有一定的存款额度等方式免除月费。

开户需要提供的材料包括护照，已激活的美国手机号，I-20，可以证明详细住址的材料（租房合同，水电网账单等）。开户时，银行一般会附赠支票，转账等操作需要提供支票上的 route number 和 account number。checking 和 saving 共用一个 route number，但是注意两个账户的 account number 是不同的。



【 from：https://www.usbank.com/bank-accounts/checking-accounts/checking-customer-resources/aba-routing-number.html#:~:text=The%20routing%20number%20is%20the,the%20bottom%20of%20your%20checks. 】

Credit card 是美国最常用的付款方式，无论是在实体店消费还是网购，都非常方便，且不同银行会提供各种合作折扣刺激消费。大多数信用卡在申请时需要提供社会安全号（Social Security Number, SSN）开卡，即在美国有合法收入后才可申请；有些比如 discover 和 Bank of America 的部分信用卡则不需要 SSN，可以作为在美的第一张信用卡。休斯顿比较受欢迎的银行有 Chase Bank, Bank of America（BOA），Wells Fargo Bank等，同学们可以选择网点距离较近的银行开户。

家居&日用品商场

家具厨具日用品等可以从宜家 Ikea、Target、Walmart、Amazon 购置。休斯顿有很多美国本地超市如 HEB，Kroger，Fiesta，Walmart，Target 可以购买到包装食品，冷冻制品和新鲜的水果蔬菜肉类等。还有宝藏超市 Trader Joe’s 和 Sprouts 提供农场直供的瓜果蔬菜和 local foods。



除此之外，休斯顿也有非常多的specialty store，如中国城的大中华（Great Wall supermarket），百佳（Justgo）,越南城的 Hong Kong City，和99大华等中国超市，也有H mart， Daido等亚洲超市。

其他：Bed Bath & Beyond（日用品、厨具、小家具），World Market（厨具、各国食品，包括下厨佐料、小零食等），Goodwill（可以淘到一些二手物品，也可以捐赠二手）。

■ 保险与就医

保险

学校要求国际生必须有医疗保险，学校会强制参保合作保险公司的保险，根据免赔额（dedutible）的高低和coverage的不同程度收取费用。注意，医疗保险（medical）和牙保（dental）、眼科保险（vision）是分开购买的。使用保险就医前，要了解清楚保险的承保范围（coverage）。预约就医时，医院会要求提供保险信息。比如有些牙齿手术既可以走医保，也可以走牙保，具体一定要向医院方面咨询。



学校 Health Center/Student Clinic

在工作日期间 ，大家若身体有不适可提前打电话预约校医。常见的疾病比如流感，扁桃体发炎等都 校内诊所都可以解决，他们也会提供一些免费或低价的疫苗，如流感疫苗，COVID 疫苗等。若遇到一些更为复杂的疾病，校医则会推荐学生去附近的医院就诊。

校外医院

大家可以在保险 in-network 的医院或者医生选择就医,保险报销政策相对 out-of-network 更优惠。就医前一般需要提前预约，就诊结束时，会当场收取一定的 copay（这部分钱是不在保险 cover 内的，大概$20左右），剩余部分会在以邮寄或者 Email 等形式寄送账单，同时会出现在保险的 claim 里。

在美国看牙医整体都比较贵，而且大部分学校的保险没有 Dental Coverage, 大家可以考虑在来美国之前检查一下牙齿。开始问诊前，会有助手或者医生询问指定药店，这个时候你可以提供你平时去的 CVS, Walgreen 等药店的地址，若医生开了处方药, 就可以拿着单子去指定药店拿药。

Urgent Care

若在双休或节假日生病，大家可以去就近的 Urgent Care, 在 Rice Village 就有一家, 通常这一类医院收费较高, 就诊一次就会 Charge 几百刀的费用，加上常规检查和治疗，收到一两千刀的账单也是挺正常的事。

这时候，弄明白保险公司的 Coverage 特别重要 ,需要了解下 Aetna 或 SAS 是否会为这几家医院提供报销，若保险公司 Cover 的话，自己仅需支付几百刀的费用。除了特殊情况，非常不推荐大家去 Urgent Care。

* **一条小贴士**

不要叫救护车！不要叫救护车！不要叫救护车！(重要的事情说三遍，救护车太贵了，保险还不 Cover) 叫 EMS 会更好一些，不过如果真的需要看医生的话 EMS 不会带你去学校诊所或医院，他们有原则会说可以帮你叫救护车但是不能带你去。这时候如果你一定不愿意叫救护车的话最好就是拜托有车的朋友开车带你去医院了。

■ 驾照

Texas Department of Public Safety 提供驾考、驾照和Real ID申请等服务，需要提前预约。由于德州不接受大陆的驾照，初到美国的同学需要通过驾考才能拿到驾照。驾考包括侧方位停车，上路行驶（转弯，stop sign，注意观察路况）。申请时需要出示护照、I20、I-94 表格、居住证明、SSN 等，可以用 DPS 提供的 check list 检查材料是否齐全。



SSN



什么是 SSN 呢？ SSN全称是 Social security number，即社会安全号码，是美国联邦政府社会安全局发给公民、永久居民、临时（工作）居民的一组九位数字号码。SSN 的用途广泛，被认为是证明在美国能否有能力工作的一种凭证，与个人的信用记录密切相关。拥有 SSN 之后就可以申请自己的带有 Cashback 的信用卡了（买买买 !)，还可以享受银行或者其他方面（如 Amazon） 的各种优惠。而且被分配SSN后这串数字就永远都是你的了，即使工作许可的时效过了也不影响。首先，F-1同学们必须有一份合法工作才可以申请 SSN。不管是校内工作还是校外 CPT 都需要获取一封录取信（录取信上须有职称，工作开始时间，每周工作时长等信息）。如果是 CPT 申请 SSN 还应将该录取信发给本校的留学生办公室进行 I-20 的更新。 然后拿着这封信和 I-9 Form（可以在网上打印）、更新过的 I-20 原件、护照（带 Visa) 等一切证明文件去 Social Security Administration 就可以办理 SSN 了。一般去过 Social Security Administration之后一至两个星期左右 Social security card 会寄到你的 mailbox 里。这样你的一系列工作手续就基本完成啦。

小贴士：

1.大家最好早些去到 Social Security Administration 或者去到比较偏僻的办公室避免过长的排队等待时间。

2.如果申请CPT但是SSN没有办法在工作开始前收到的话，只要有 authorized 的 I-20 也是可以暂时先开始工作再给雇主提供 SSN 号码。但请注意，前提是要和雇主联系过说明情况获得许可。更多资料可以查询 SSN 官网：https://www.ssa.gov。

CHAPTER 03

学业指南



学业指南

新生orientation

Orientation 是美国大学正式开学前举办的一系列活动，目的是让新生快速了解学校，认识新朋友，融入校园生活。在这些新生见面活动中你可以了解到本校的历史，设施，住宿，选课，入学考试等重要资讯。

通常有两种不同的orientation，一种是本院系组织的，还有一种是国际生办公室组织的（专门分享针对国际生的注意事项），建议刚来的留学生朋友们两个都参加以得到更全面的实用信息。也请参加 orientation 的时候要带好所需要的证件。



学生portal

每个学校都有自己的学生信息管理平台，在这个平台上你可以查看自己的 degree progress，assigned advisor，注册选课等等许多不同的功能。可以利用在 orientation 期间好好了解本校的 portal，熟悉其提供的信息。

选课策略

最简单的方式是参考学校提供的每个专业 degree plan，上面覆盖了所有课可能需要的一些 prerequisite，但是考虑到有些热门课第一年不一定能抢到，所以和 degree plan 有出入也不是大问题。

建议大家先到本院系的官网上找到自己专业的 checklist，这个 checklist 上涵盖了毕业要求中必须上的课，请大家注意总共的课时需达到120小时才能顺利毕业。

社区大学上课

在大家熟悉了本校的课程后可以考虑 co-enroll 在社区大学里来上一些不是非常重要的 core class，例如 Houston Community College，Lone Start College 等等。这些学校的课通常难度较低，学费也相对便宜很多，可以一定程度上减轻同学们的压力。

大家在选课前一定要查询自己的学校是否可以接受某些课从 College 转进来，避免上了课学校却不授予学分的情况发生。如果是本校 GPA 不够高的同学无法通过在社区大学上课的方式受益，因为社区大学转到本校的课只会算课程学分，而不会被算进 GPA 中。

教授查询

如果选课的时候发现有不同的教授上同一节课，那么可以到 https://www.ratemyprofessors.com上查询不同教授。上面会有总的评分和评论，除此之外还能看到某个教授是否要求考勤，是否需要买书等。但这个网站上的评价相对来说比较主观，所以不能不加思考地完全依赖。也可以在本校的新生群中咨询学长学姐对某个教授有怎样的看法。



Syllabus

Syllabus 上总结了一门课程会覆盖的内容，评分标准等，开课之前最好要熟悉 Syllabus。同时我们也可以在网上搜索往年同一节课的 syllabus 来以此作为是否选某节课的考量。

加/drop/换/withdraw课

本科新生第一学期通常选择在 15-18 小时左右的课时，正式开课后还有一段时间可以给大家选择是否要留在一节课里、是否要删掉或换成另一门课 with no penalty。

每个学校的 deadline 不同，针对 drop 和 withdraw 的 deadline 相关问题还有 refund，请同学们在本校的官网获取具体信息。

注意*drop 和 withdraw 可能会在你的成绩单上留下记录，而且学校通常也会限制 drop 和 withdraw 的课时总数。大家对这两项的使用要谨慎呀。

换/加专业

和国内的换专业难度相比美国大学在这方面还是比较友好的。这里不鼓励大家不多做考虑地频繁换专业，但是如果经过深思熟虑后得出某个专业不适合你的结论的话那也是很支持哒。祝大家都找到自己热爱的学科！

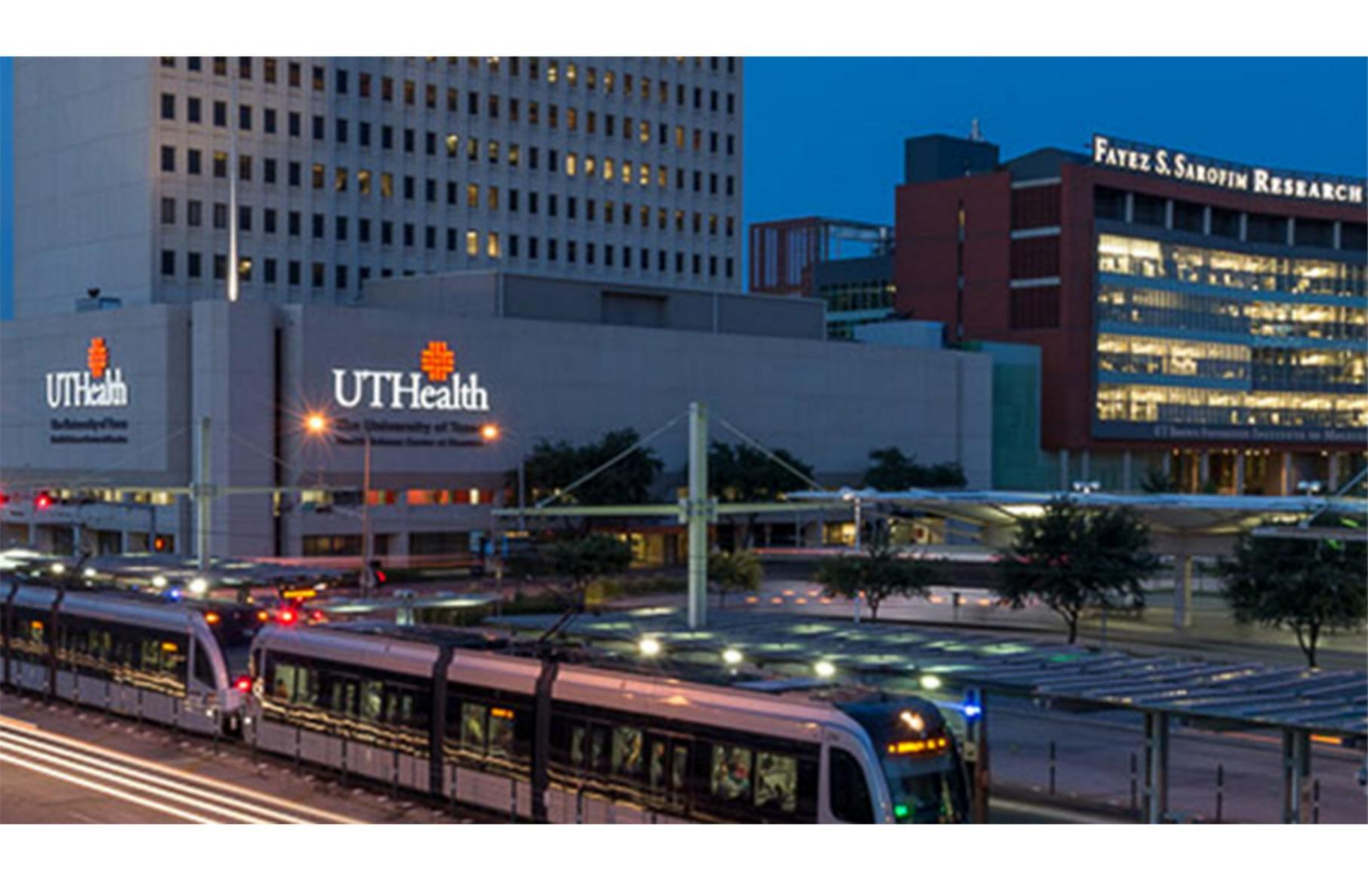
热门专业一般对 GPA 的要求更高一些，换专业的申请也不一定百分之百可以通过，所以要做好两手准备。同理适用于添加 major / minor。建议大家在提交加专业或换专业申请前和自己的 advisor 聊聊，他们可以作出一些较为合理的分析，也许能给你多一个 perspective 看待自己的决定。

寻求帮助

刚进入英文授课的环境，大家很可能会对课上教授给的指示不太明确，这个时候不要害怕向他人寻求帮助。遇到不清晰的要求可以询问身边一起上课的同学，大部分人都会热心地回答你的问题。强烈推荐大家加入每节课的群聊，这样在课后可以更方便地和同学们交流碰到的难题，互帮互助。

常用的一些群聊软件有 Groupme，Whatsapp 和 Discord。如果对教授发布的某些资料或任务有疑问，在查询了 syllabus 后仍然找不到答案的时候也可以给TA（Teaching assistant）或教授发邮件。

CHAPTER 04
健康留学



人身安全

校内

尽管每个学校校内都会有警车巡逻,但依然存在安全隐患。如果在校内出现性骚扰，偷盗，诈骗等恶性事件，请第一时间联系校内的 Police / Security Department。

各校的警局/安保联系电话

Rice：(713) 348-6000

UH：(713) 743-3333

BCM：(713) 798-3000

UT Health：(713) 792-2890

常见校园内安全隐患包括:

- 自行车偷盗

  这类偷窃十分常见，多半是校外人士溜进校园内作案。如购买自行车，务必先到学校登记备案，例如 parking account 注册车辆信息。

- 图书馆电脑偷盗

  小偷会抓住一切机会对疏于看管的背包实行偷窃，在公开场合请务必看管好自己的私人物品 。

- 受伤 / 身体不适

  跌打损伤，内外不调是在异国他乡很难避免的。请及时联系RA(Residential Assistant ）和校医，详情参考手册中的“Chapter 02 初来乍到 > 保险与就医”。

- 其他人为 / 自然灾害

  在宿舍中， 一旦响起火警，所有人都要迅速撤离。火警原因多种多样， 所以请大家不要在宿舍里做出危险的行为，并看管好公共厨房的炉灶和烤箱。休斯顿的雨季降水量非常大(May 2021达到了400mm)，极端情况会颁布洪水预警。这种情况下学校通常会停课，并通知学生不要出门。

校外

休斯顿安全系数在全美不算高，需要大家时刻保持警惕。

RCSSA 通过收集身边同学们真实的案例,提醒大家时刻牢记安全意识。

警惕身后有无可疑的人尾随,无论是否和同学结伴而行。

真实案例:2020年夏天 Hermann Park 2男生2女生被一流浪汉尾随。

停车时不要在汽车座位上放任何看上去可能有价值的物品。

真实案例:2019 年夏天1男生在 Rice Village 吃饭,被砸车窗偷盗书包。

陌生电话不要接

真正有事找你的人总能找到你。若对方提出不让你挂电话,阻止你联系他人,并牵扯任何与财产相关的话题,立刻挂掉电话联系父母。

警惕信用卡盗刷

老旧加油站自助机因系统陈旧，会被黑客入侵盗走信用卡信息。建议找设施较新的加油站自助机，或店内付款。

不靠谱的餐厅会复制顾客信用卡，被盗刷的真实案例数不胜数。请保持警惕，并经常关注自己的银行账户动态。

可疑链接不要点

若在微信/FB/Ins/SMS 中收到任何可疑链接，很有可能是信息窃取/ 账号盗用链接。贪图小便宜往往酿成大祸。

任何校外犯罪,请拨打 9-1-1 或联系休斯顿警局。

心理健康

面对初次来到陌生的环境，适应文化差异，繁重学业的压力的基础上再加上疫情带来的影响，许多同学们可能倍感疲惫。除了人身安全要注意外，心理健康也是很重要的。大家要多注重观察自己的情绪变化，采取积极的举措来调节心态。



心理健康

增强自己的联络网

面对语言不同导致的沟通障碍在新来的学生群体中是很常见的，与此同时国内的朋友和家人们不一定能体会到这个问题带来的困扰，很难给同学们带来正向的疏导。如果和两端的朋友们都毫无联系，那很可能导致回避社交带来的恶性循环。

建议同学们初来乍到可以先加入学校里的中国学生学者联合会，先找到一个较有归属感的小团体后能更有勇气加入其他社团以结交志同道合的朋友。学联也会不定期的举行一些活动来拉近同学们的关系，让大家有更多接触新朋友的机会。我们都曾经是你，迷茫，自卑，孤单，无助，但我们克服困难后站在了一起希望能帮助更经历相似的同学们。结识学联的同学不仅能得到一个寻求帮助的渠道，更能在异国他乡感受到一点亲切和凝聚感。在上了一段时间课渐渐熟悉语言环境后，相信同学们也能在课上结识外国友人。交朋友更多的是了解双方的价值和世界观是否相似，所以请不要由于对自己表达能力的不自信而止于只结交中国学生朋友。也请不要与国内的朋友家人们断了联系，即使他们对你当前的处境不能轻易感同身受，但作为你的亲友一定希望在你遇到困难的时候能以某种形式与你并肩，给你温暖和关心。而这份牵挂也许就是能在黑夜里照亮前路的微光，因为你明白不管走到哪里，都有人愿意披荆斩棘给你支持。

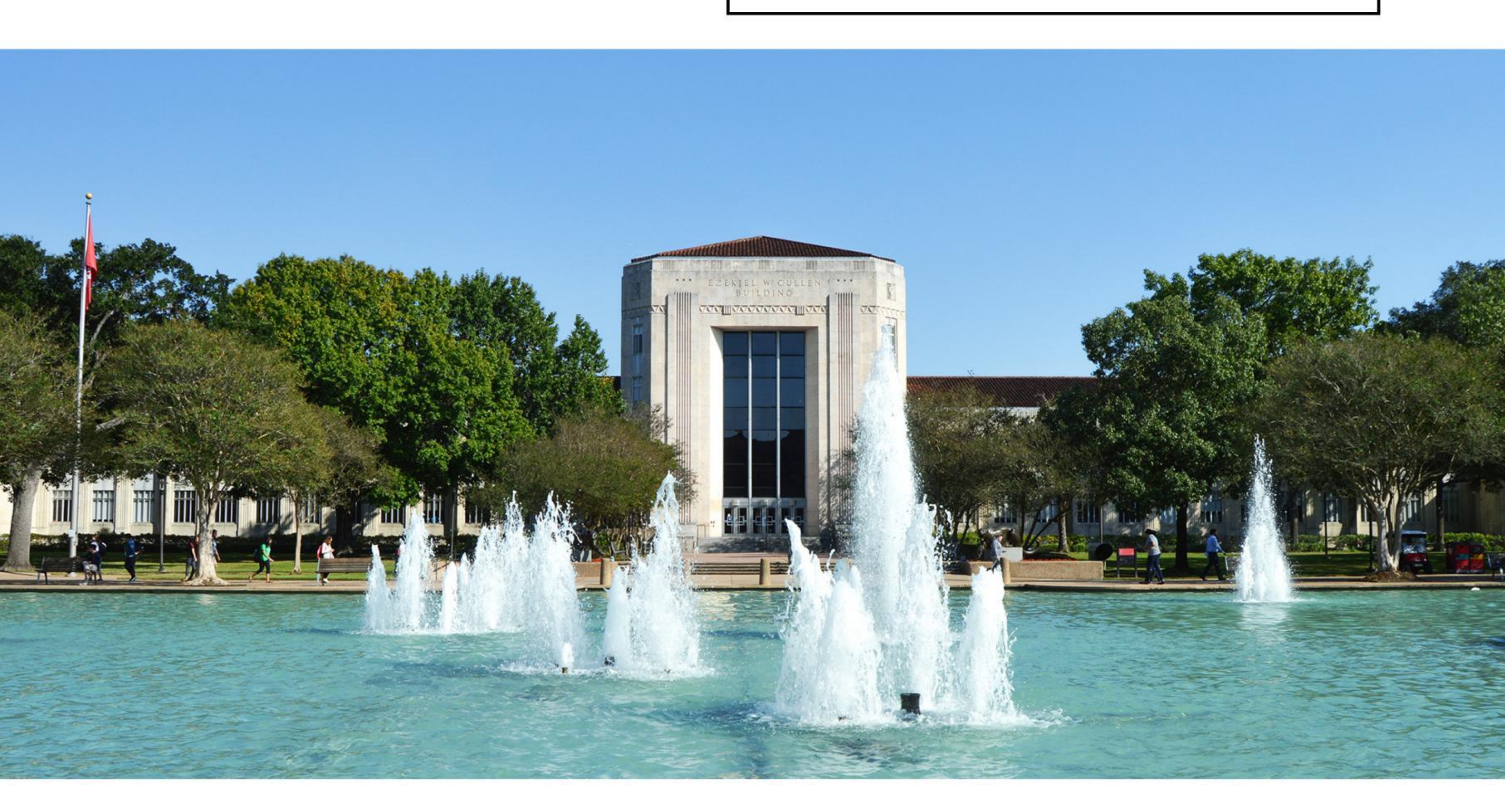


寻求外界的帮助

咨询心理健康问题并不意味着你有某种精神疾病，咨询的目的是让专业人士与你一起探寻自己内心或精神层面的需求，给你合理的建议来重新掌控自己的节奏。也许是学习压力太大，也许你有表达自己情感的困扰，或者你只是单纯的想找人聊聊自己最近不佳的状态，这些都是很普遍的咨询话题。每个学校都有心理咨询办公室，大家有需要的话可以在本校的官网上搜索Mental Helath / Psychological Srvices 来查看具体咨询方式和营业时间。如果有语言方面的顾虑的话，同学们也可以寻找休斯顿当地的华人咨询师，或者较权威的线上咨询服务。



CHAPTER 05
求职须知



校内工作

如果你学习压力较小，并且想赚些零花钱为家里减轻压力，或者你想体验课业外的美国生活，那你可以试着在校内找一份兼职。兼职在美国学生群体里是很普遍的现象，所以请不要有任何心理负担。

工作类型

各个学校的图书馆，testing center 或者食堂等通常都会开放给学生工作的机会。部分学校会在每个学期初开展校内工作的 careerfair，除此之外也可以在本校的官网上搜索 on campus jobs 来查询相关的职位开放信息。或者如果你已经有心仪的职位，去到具体部门咨询也是一种可行的方式。

如果你想赚钱的同时也提升自己的专业能力，那不妨试试申请做学校的 research 和 TA (TeachingAssistant)。一般来说有两种方式寻找机会，一是可以和具体教授联系，询问他们是否有需要，或者知晓别的教授有这样的需求；二是多关注本专业的网站，通常会有特设的一个分区来发布相关信息。

根据ICE发布的文件，你应该确保秋季和春季学期每周兼职时长在20小时以下来避免违反规定。

工资

值得一提的是虽然校内工作的时薪较低（通常在最低工资上下），但是部分学校会将在校内打工的留学生的学费降低至与本地居民一样的水平。这对想为家里缓解经济压力的同学们来说无疑是一个好消息，具体政策还请咨询学校相关部门。

校外工作

如果你不满于校内工作的工资，或者想积攒专业知识和提升自己的简历，那校外的工作是你应该多加关注的啦。但请务必记住：作为持有 F-1 或 J-1 签证的国际学生在第一年只能找校内的兼职，到美国的第一年内不能做任何校外的工作。

渠道

大多学校会有自己的招聘平台，你可以在本校平台上搜索自己心仪的工作并关注学校举办的 career fair。在 Linkedin 或 Indeed 上给公司投递自己的简历也是常见的一种找工作方式。积极关注自己感兴趣的公司在这些平台的动态，活跃参与互动扩张人脉能一定程度上提升你被 HR 看到的机率。

身份相关

对于国际学生,要留美工作最重要的问题就是身份。学业中实习需要 CPT，毕业之后工作需要 OPT，非 STEM 专业有一年，STEM 专业一年之后有 24 个月的 extension，之后要转成 H1-B 工作签证(非盈利机构包括大学不需要抽签,公司需要抽签)，H1-B 签证最多六年要申请绿卡。

请谨记不可以在没有本校留学生办公室许可的情况下校外打工，这是明确禁止的，若有违反，很大几率会被遣返。对于各种身份问题的细节非常多，在此也不能一一列举，请大家关注本校的留学生办公室讲座或者将详细问题发给本校的负责老师来获得更有针对性的回复。

■ 报税

校内工作和校外工作一样，都需要报税，那么就需要你申请 SSN。且不论校内校外，申请 SSN 都需要雇主的录取通知书。具体申请逻辑请移步“chapter 02 初来乍到 > SSN”。

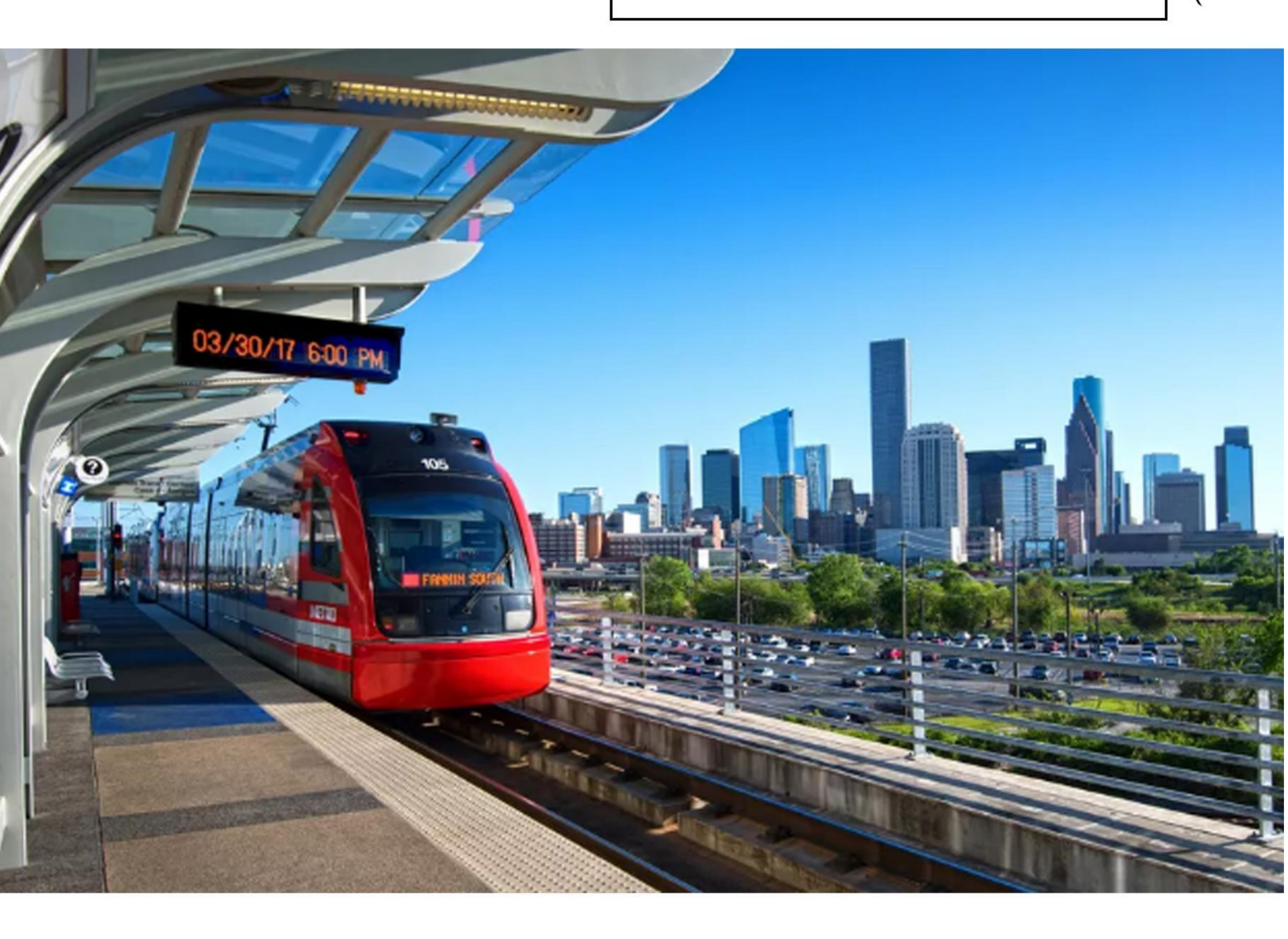
每年个人报税截止日期为 4 月15日，如果遇到周末，顺延到下一个工作日。如果无法在 4月15日 前提交税表，可以申请延期，报税截止日期顺延到 10月15日。顺带一提，德州是为数不多的几个不征收个人所得税的州之一，所以只需提交联邦税表足矣。

税务的细节较为繁琐，由于篇幅有限，这里无法把每种情况都列出来。但在报税前请重点关注应税的收入有哪些以及本人是否符合税务居民要求，根据这两个核心问题的答案来填写相应的表格。

由于受移民法的限制，留学生只能从事和自己学习领域相关的工作，不能随心所欲的自雇。例如在 Amazon 上卖东西，放学顺路开出租，都会收到 1099-Misc （miscellaneous)，从而违反移民法，置自己的合法身份于不利处境。

税表等同于一个人的财务证明，对在美国生活的方方面面都有影响，不报税或偷税漏税会产生严重的后果，请务必谨慎。更多税务相关的问题应可在IRS的官网上找到答案。

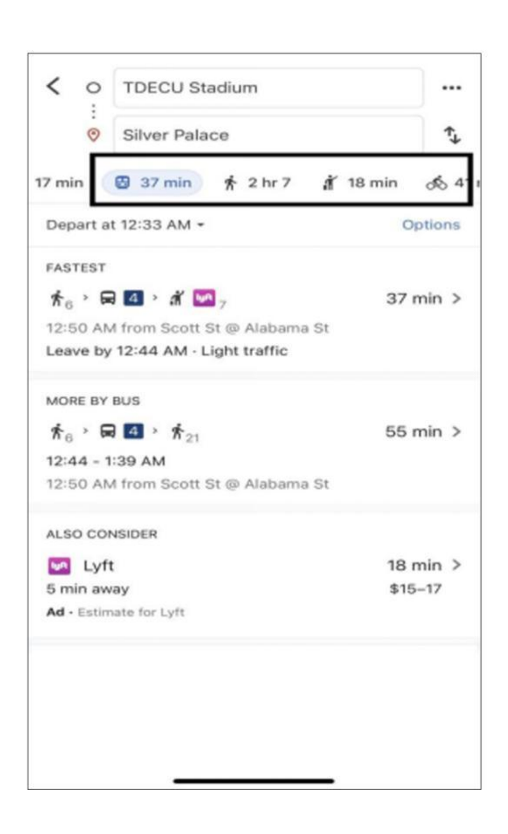
CHAPTER 06
公共交通



■ 地图软件

Google Map / Apple Map

Google 也可以用来导航校内某个建筑， 刚来不太熟悉校园的同学们可以考虑使用。除此之外，使用 Google map 同样可以查询到轻轨和L yft 路线。在搜索里输入地址后，大家可以根据自己的需求选择交通方式。以下图为例，以下的图标分别代表公交，人行，打车，和自行车。



Metro

休斯顿是美国的第四大城市，但没有自己的地铁系统。于是 Metro(轻轨) 就成为了贯穿主城区的主要交通工具。它的速度没有地铁那么快，但几乎总是 6 分钟一班。如果大家只是在 休斯顿 downtown 一带活动的话 ,Metro 是十分便捷的。很多大学都提供免费或者折扣的 Metro 卡。大家可以在本校网站查询详细情况。具体的Metro 行驶路线可以在 Google 或者 Metro 官网里查到（Metro地图）（Metro打折参见各个学校的政策）。

打车软件

Uber / lyft

在休斯顿，Lyft 和 Uber 是大家最常用的打车软件，使用起来非常方便快捷，在两家公司相 继上市之后，优惠也在逐渐变多，短途非常推荐。

Super shuttle

Supershuttle 是一种机场 Carpooling 服务，一般机场来回大家会选择 Supershuttle, 因为价格比打车相对便宜一些 ，税后 30 刀左右。你可以在 Supershuttle 的官网上预订，在机场也会有 门的柜台可以提前预订。但要注意的是，因为 Supershuttle 可能会在接之前的人的过程中有所延误，所以选时间的时候尽 量选早一些的，以免赶不上飞机。

校内交通

每个学校也会有自己的 shuttle 用于校内交通。大家可以尝试在本校的官网里查看最新的详细情况，也可以在 CSSA 的公众号寻找攻略。比如说 Rice 校园内会提供自己的巴士，每天都有 inner loop 或 greater loop 的路线 ,周六晚上有去 rice village 的路线，周六早上 至下午两点有去 Target 和 Fiesta 的 Shopping shuttle。车子的 具体路线和实时动态可以在 rice shuttle 官方网站上找到，而具体的停靠站点会在路牙子上用白漆标示出来。

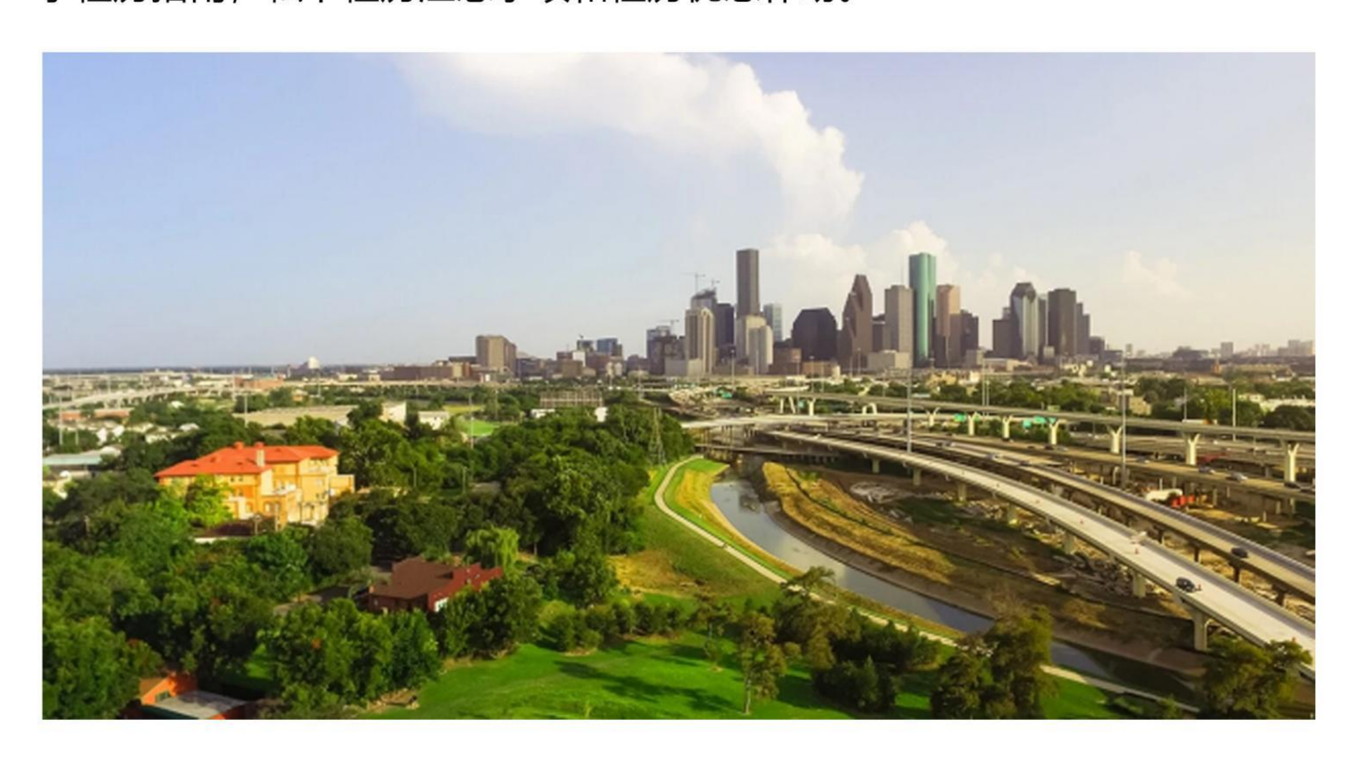
休斯顿大学也提供 Cougar Line，Cougar Line 的路线可以在 UH go app 里查看。Cougar Line 会有来回于校内，Sugar Land 校区，和 Technology bridge 的路线。

CHAPTER 07
租房相关



租房相关

Sunshine Living为大家总结了一份非常详细的德州租房攻略，其中有留学访学租房指南，私下租房注意事项和租房优惠补助。



大家可以扫描下方二维码关注Sunshine Living的公众号查看详细介绍。



CHAPTER 08
文体娱乐



Kemah Broadwalk, credits to Houston on the Cheap

景点、展馆

1.Hermann Park

位于 Rice 大学附近的 Hermann Park 是个景色优美的城市公园，休斯顿动物园、Miller outdoor Theater 等都在公园内。公园里有湖有草坪，还有环绕公园的小火车。找一 个晴天的周末，几个 人一起去公园划船赏景, 在繁忙的学习生活之余放松心情。另：晚上不要步行去 Hermann Park, 不太安全。

2.Houston Zoo

休斯顿动物园位于 downtown 附近，是周末休闲好去处！园内有各种爬行类、大型猫科动物、海洋生物、大象、斑马等等。动物园每月的 Free Tuesdays 可以提前在官网申请。圣诞节期间还会有非常好看的彩灯展 ， 大家千万不要错过！http://www.houstonzoo.org。

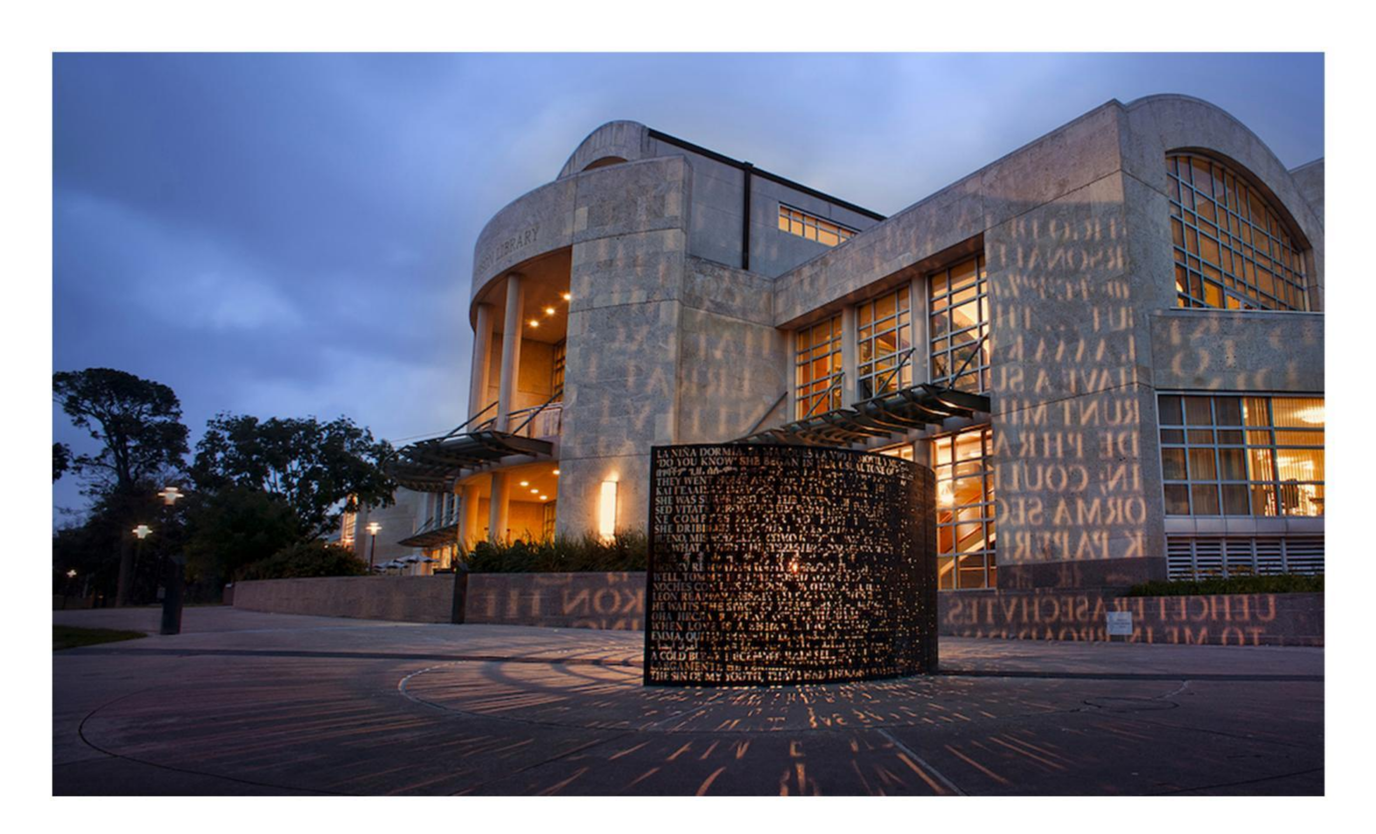
3.Miller Outdoor Theater

Hermann park 内的另一个值得一去的就是 Miller Outdoor Theater 了! 独居一格的露天剧院和适合野餐的大草坪，每年 6 到 8 月周末免费演出季有来自世界各地的艺术家及休斯顿交响乐团等出演的芭蕾、歌舞剧、爵士音乐会等，精彩不容错过!



4.博物馆

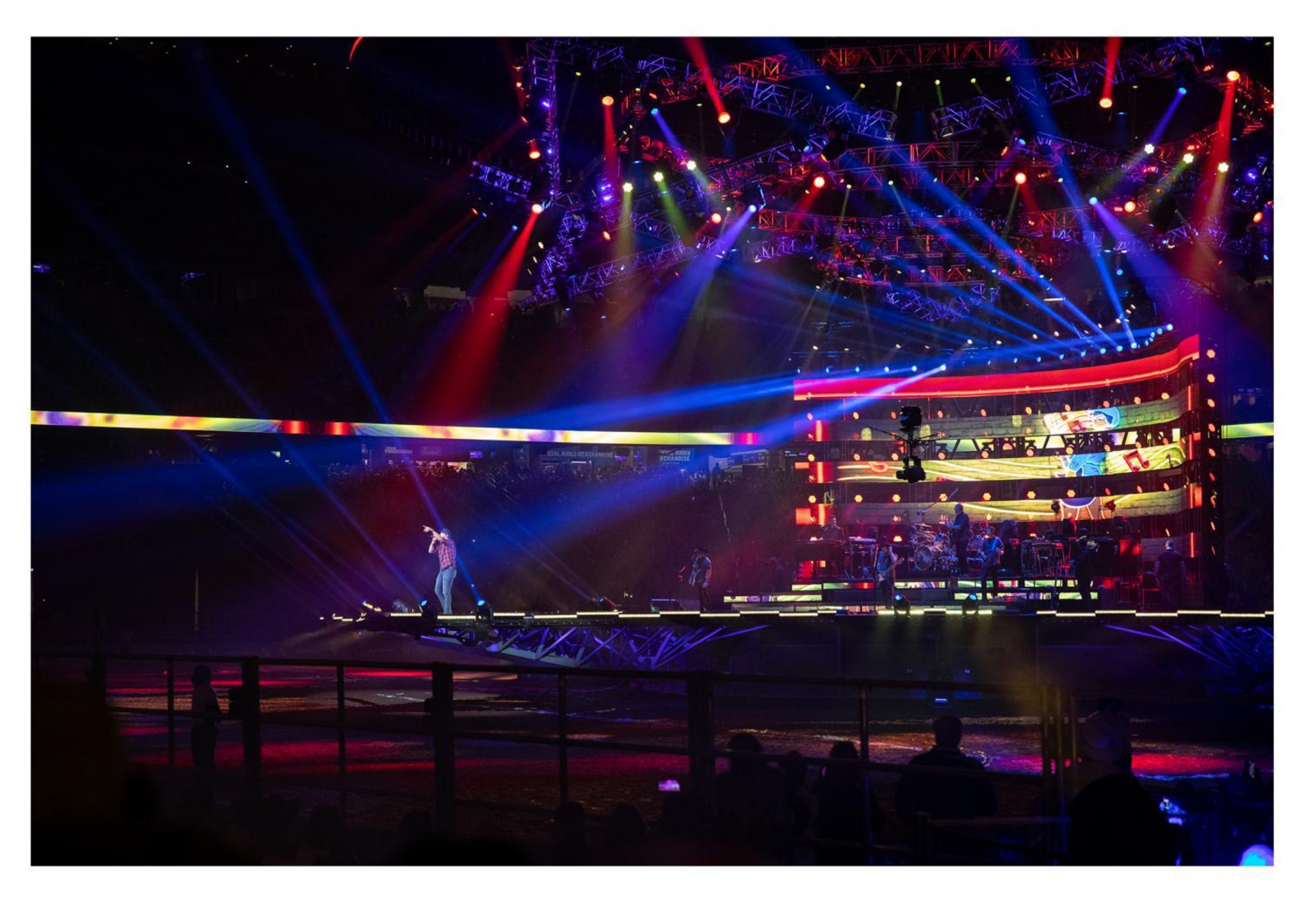
喜欢去博物馆的小伙伴们千万不要错过休斯顿的 Museum District。你可以在The museum of Fine Art Houston、Contemporary Arts Museum Houston 等艺术展馆欣赏文艺复兴时期和近现代艺术作品，在流畅的笔触下和色彩的碰撞中体会艺术的灵动和生命的思考（https://www.mfah.org/exhibitions），也可以在 Museum of Natural Science 和 The Health Museum 领略自然与生物、健康与科技的科学之美，以及行走在 Holocaust Museum 的战争史长廊，感受生命的脆弱和自由的不易。大部分博物馆都有 Free Thursdays，约上好友一起去吧！



演出和体育比赛

1.House of Blues

爱听演唱会的朋友们看过来！House of Blues 就 是 Houston 经常举办演唱会和 Standup Comedy 的地点之一! Higher Brothers, Jessie J, Uncle Roger 都在 House of Blues 演出过。小伙伴们记得经常看看有没有喜欢的歌手、喜剧演员在这里演出喔 ~



网站：http://www. houseofblues.com/ houston

2.NRG Stadium

职业橄榄球场, 同时也是看各种演唱会和表演的好地方! Ed Sheeran就是在NRG Stadium 办的演唱会。

网站 :https://www.nrgpark.com/nrgpark-facilities-2/nrg-stadium/

3.Toyota Center

火箭总冠军!平常有空的时候去看场NBA, 替自己喜欢的球队呐喊助威, 也是一种很不错的选择。而且去过现场的都知道，现场的气氛比在屏幕前看球好多了。同时Toyota Center也会不定期举办各种演唱会和表演。

网站: https://www. toyotacenter.com

4.Texas Rodeo

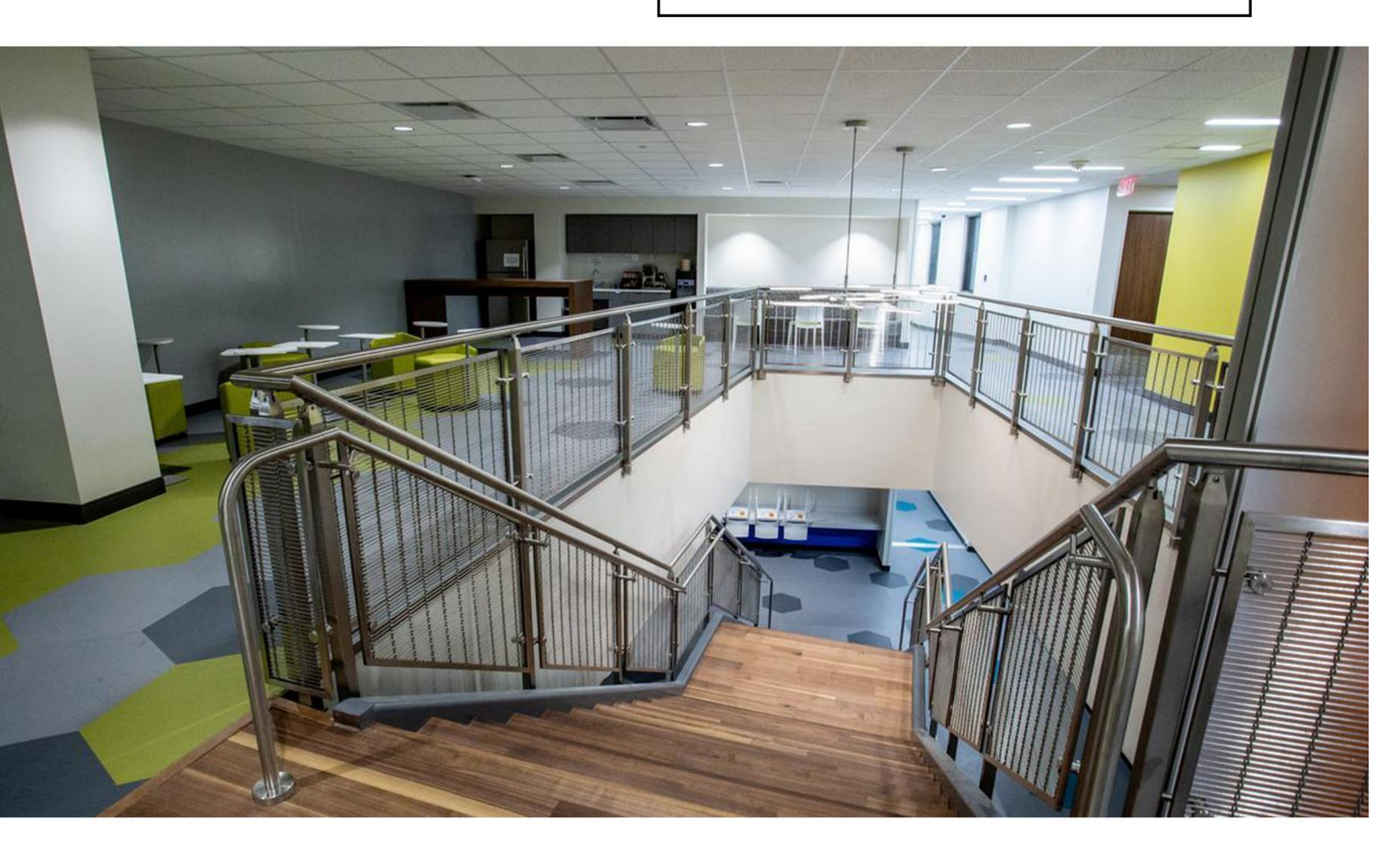
每年二三月，休斯顿都会举办全美最盛大的牛仔节，是休斯顿最引人注目的节日活动之。表演包括休斯顿家畜展和牛仔竞技赛(Live stock show & Rodeo)，德州的牛仔文化在逾万人参与狂欢的传统表演竞技中发挥得淋漓尽致。

网站：https://www.rodeohouston.com/

5.Sports

Houston Rockets (NBA), Houston Texans (NFL), Houston Astros (MLB), Houston Aeros (Hockey), Houston Dynamo (Soccer)

CHAPTER 09
吃货必读



就餐小费

在美国的餐厅就餐通常情况下都是要给小费的，并且根据服务员所提供的服务价值来决定给予小费的多少。如果自己收到了比较满意的服务，可以给予服务员税后餐费的18%或以上的小费。因为绝大多数餐厅服务员的底薪较低，主要靠小费来赚取收入，给予他们更多的小费也是对服务行业的支持和对他们提供服务的肯定。当然，如果你觉得服务工作不到位，也不用对少给小费背负道德压力。



像某些餐厅例如先付钱再就餐的自助饭店，学校食堂或者奶茶店等不需要给小费，因为你并没有收到就餐服务。或者有些餐厅会在群体就餐人数较多时（例如6人或10人以上）自动收取15%或18%的小费，收到账单的时候仔细阅读，确认是否有提前收取小费。这种情况下可以选择不给额外的小费。

一般付小费有两种方式，一种付现金，一种签在刷完卡的收据上。不管是付现金还是将小费签在收据上，都将现金或一张签了字的收据留在桌子上服务员留下来的账单本中，不必递给服务员。

Chinatown

首先是亚洲美食聚集地，位于Bellaire上的中国城。休斯顿的 Chinatown 不同于其他美国大城市的 Chinatown，是由一个个中到大型的 plaza 组成的 —— 因此如果没有便捷的车辆接送，从一个 plaza 到其他的 plaza 寻找美食并不是一件容易的事。 但尽管如此，我们寻找美食的热情并不会被消磨！编者在此会就亲身体验，给大家提供一些地标性的餐馆。



1) Mala Sichuan Bistro 小熊川菜

号称休斯顿最著名美味的川菜之一，其中的各种鱼类菜肴十分值得一试。饭后的千层抹茶蛋糕也很好吃 。

2）Hunan Bistro 湘知湘味

一家广受好评的湘菜馆。他们家的水煮鱼，青椒炒鸡胗等都是小编的最爱。

3) Jang Guem Tofu&BBQ House 长今

这家韩国餐馆的豆腐十分美味而且分量很大。推荐给那些吃腻了中式菜肴的同学。

Chinatown

4）China Gourmet 福州风味小吃

来自福建的同学们可以试试，这家店有卖锅边，海蛎饼，炖罐，扁肉拌面等传统小吃。但是大家对其味道褒贬不一，小编个人觉得吃的就是个思乡情怀，毕竟休斯顿很难找到一家做福建小吃的店啦。

5) Golden Dumpling House 黄金水饺

比较地道的饺子店，蒸饺煎饺应有尽有，也有小笼包。还有免费的棒子面儿粥，除了水放的多稀了一点儿还是挺有家的味道的。

6）Yin Tang 隐烫

一家汤底做的不错的麻辣烫店，里面是自助拿菜称重的形式。盖章积分卡积满10磅还可以免费获取一磅麻辣烫。

7）Gao's Kabob 老高烧烤

最热门的中式烧烤店，社牛盆友们还可以在店内K歌。

8）Meetfresh 鲜芋仙

两个休斯顿分店其中之一，爱吃甜点的同学们冲。

9）Beard Papa's

就是说泡芙的filling是真的很不错，小编最喜欢的是抹茶味，带着奶香却清爽且不腻。不过有些小贵。

10）Kung Fu Tea 功夫茶

这家港式奶茶十分正宗。

Downtown附近

1) Spicy Girl

四川风味餐馆，烤鸭三吃十分有名。

2) Cooking Girl

四川风味餐馆，绿豆沙，小炒肉，蒜泥白肉尤其好吃，推荐大家尝试！

3) Kata Robata

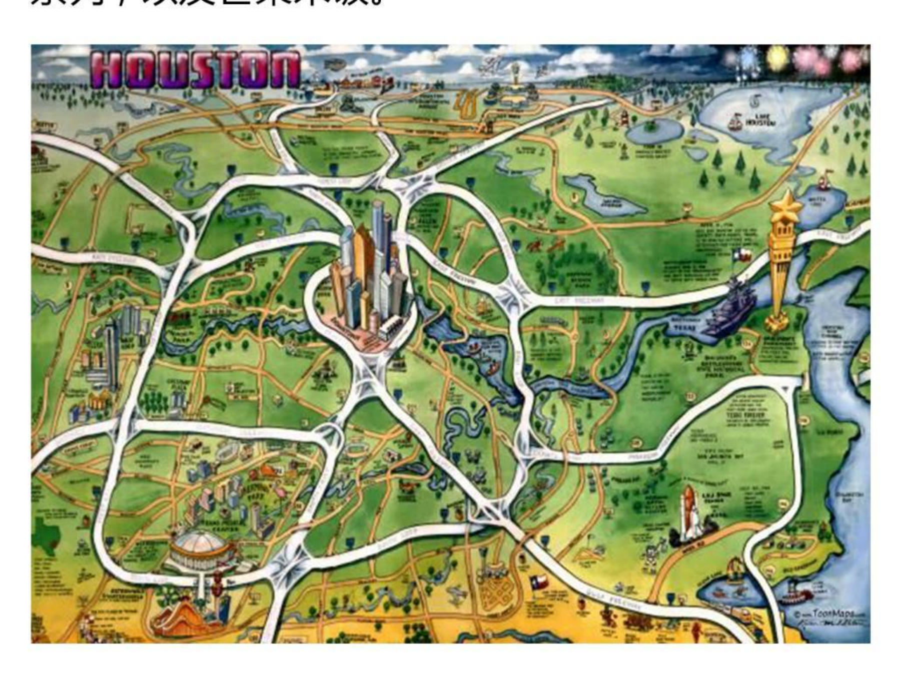
性价比很高的日料，编者强力推荐其中的拉面和 Dragon Roll。

4) Pepper Twins

四川风味餐馆，去过的都说好。

5）Thai Village Restaurant

这是一家性价比极高的泰国餐馆，特别是中午的自助午餐，只需 10 美元便可享受不少泰国美味食物,可谓便宜大碗。编者强力推荐其中的炒饭系列，咖喱系列，以及芒果米饭。



Downtown附近

6) Istanbul Grill & Deli

这是一家风味独特的土耳其烧烤店。就编者来看，这是食肉者的“天堂”，因为其中的菜肴基本上全部是以肉为主。特别推荐的便是由牛肉、鸡肉以及猪肉组成的 Mixed Grill。在饭后来一份 Rice cake 当做甜点也是不错的选择。

7）Popeyes

连锁炸鸡店，鸡肉鲜嫩，每周二还有促销折扣。

8）Sweet Paris

连锁甜品/早餐店，里面的Nutella crepe 加一勺冰激凌是小编的最爱。装潢也很好看，有空可以到此和朋友们吃个精致的下午茶。



以上所列举的所有餐馆都是根据历来学长学姐的经验以及编者的亲身体验而推荐的。当然，这些都只是推荐而已，每个人的喜好有所不同，更多的美食还待大家自己去发现！

附录一

常用网站与通讯录

BCM

- **学习类**

选课缴费：https://cams.bcm.edu/estudent/login.asp

常用表格：

https://www.bcm.edu/education/graduate-school-of-biomedical-sciences/current-students/forms

Blackboard： https://intranet.bcm.edu/?tmp=/education/erc/blackboard

Box： https://intranet.bcm.edu/?tmp=/it/tools/box

Zoom：https://bcm.zoom.us/

- **生活类**

校内资源： https://intouch.bcm.edu/home

保险：https://www.bcm.edu/careers/benefits/student-benefits

ask-studentinsurance@bcm.edu

心理咨询：

https://www.bcm.edu/education/academic-faculty-affairs/student-services/student-wellness/emotional-mental-health-wellness

- **学生会联系方式**

邮箱：BaylorCSSA@outlook.com

公众号：bcmcssa

RICE

RCSSA 官网：https://rcssa.rice.edu/

Office of International students and scholars (OISS)入境相关事宜： https://oiss.rice.edu/

学校对于新冠病毒的政策: https://coronavirus.rice.edu/

2022 校历：https://registrar.rice.edu/calendars/fall-semester-2022

毕业要求：

https://ga.rice.edu/undergraduate-students/academic-policies-procedures/graduation-requirements/

选课： https://esther.rice.edu/

学生社团：https://owlnest.rice.edu/organizations

最重要的电话——校警（Rice police department）： 713-348-6000

预约校医（Rice Health center）：713-348-4966

UH

学生portal：

accessuh.uh.edu （上面有很多不同功能的通道，例如：Parking、Career Service、Casa(考试中心)、Blackboard(课程跟踪)，Mealplan等等)



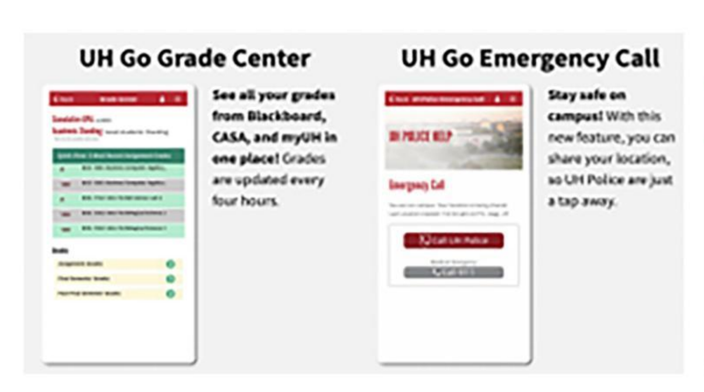
留学生办公室：

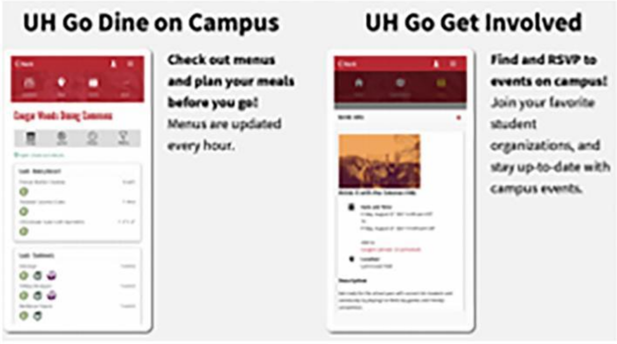
uh.edu/oisss (713) 743-5065

校内2D/3D地图：

uh.edu/facilities-services/resources/maps/

UH Go APP：https://uh.edu/go/





校医 Health Center：

https://uh.edu/healthcenter/about/ (713) 743-5151

学校交通与停车：uh.edu/af-university-services/parking/

换专业申请：uh.edu/provost/students/advising/major-change/

学生社团组织合集：uh.campuslabs.com/engage/organizations

找工作帮助: Career Service：uh.edu/ucs/cougarpathway/

Academic map/Degree plans 合集：

uh.edu/provost/students/new-coogs/uhin4/maps/

学期日历：(包含放假时间和各种 deadline 等)

publications.uh.edu/index.php?catoid=42

校园日报 Cougar daily news：hedailycougar.com

安全政策：uh.edu/cougarsafe/

校内警察局：uh.edu/police/ (713) 743-3333

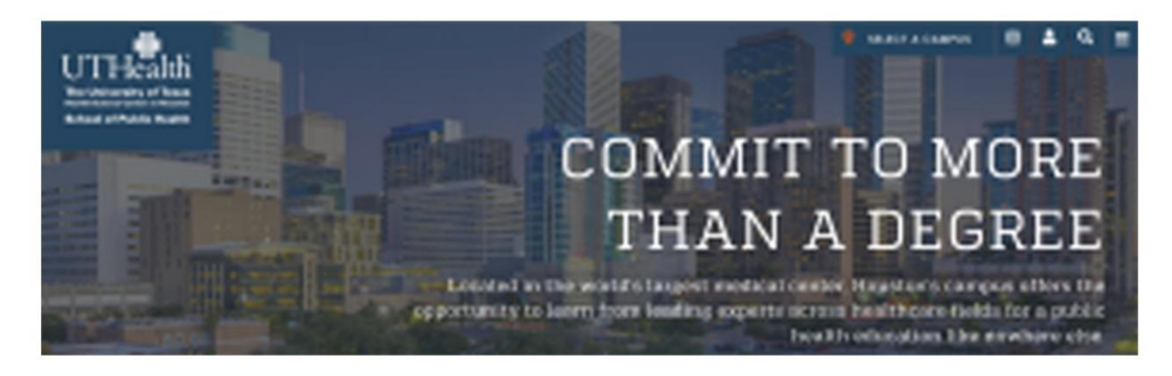




UHCSSA公众号(左)与微信号(右)：

UTHEALTH

UTH School Webpage：https://www.uth.edu/



UTH Shuttle services：https://www.uth.edu/shuttle/



UTH Housing：https://www.uth.edu/housing/ (open to application in January)

Student Resources Portal：https://uthealthsph.force.com/UTHealthCommunity/s/

(Degree planners, Course Rotation, Preliminary Exam policies and etc.)

Thesis policies guide:

https://uthealthsph.force.com/UTHealthCommunity/s/studentresearch

Texas Medical Center parking: https://www.tmc.edu/parking/visitor-parking/

Office of International Affairs(713-500-3085):

https://www.uth.edu/international-affairs/

Facebook Page: https://www.facebook.com/UTHealthHouston/

UTH Financial Services - 713-500-3860

UTH Police Non-Emergency/24-hour Escort Service: 713-792-2890

UTH Police Emergency – 713-500-4357

UTH Recreation Center - 713-500-8420

SPH Student Affairs – 713-500-9032

UTH Registrar – 713-500-3361

附录二

在美常用网站

住宿

expedia.com （机票/住宿）

hotels.com

airbnb.com

打车

uber.com

lyft.com

美国外卖

doordash.com

ubereats.com

beyondmenu.com

grubhub.com

中餐外卖

chowbus.com

hungrypanda.co

fantuan.ca/en/

转账

venmo.com

zellepay.com

书本

Ebay.com

bn.com

bookoutlet.com

amazon.com

bookdepository.com

dangdang.com

学习

coursera.com

udemy.com

chegg.com（查题）

coursehero.com（查题）

quizlet.com

turnitin.com

sparknotes.com

找工作

linkedin.com

indeed.com

glassdoor.com （查看薪资）

careerbuilder.com

monster.com

修改简历

resumerabbit.com

us.resumeedge.com

政府部门

ssa.gov（社安）

dhs.gov（美国国土安全部）

www.uscis.gov（移民局）

us.china-embassy.gov.cn (中国驻美大使馆)

dps.texas.gov（申请驾照）

irs.gov （国税局)

新闻/资讯

voanews.com

time.com

ap.org

nytimes.com

edition.cnn.com

快递

fedex.com

ups.com

usps.com

dhl.com（国际）

汽车

edmunds.com

carmax.com

uscarlife.com （华人汽车论坛）

autos.yahoo.com

autotrader.com

cars.com

kbb.com